
مجلة شهرية كانون ثاني ٢٠٠٧
العدد ( ٣ )
January 2007
مجلة الفتاة العربية
fulla®
Magazine
المشاعر المزعجة
6 210142 213082
3
هل صحيح أن البعوض يفضل لسع البنات !!!
هل تستطيع نور مساعدة أمها في تنظيف الملابس ؟؟...


fulla®
فلة تقول
أذكار الصباح
و المساء
Morning Prayers
Prayer Dress & Indoor Fashion
Night Prayers
حقيبة وسجّادة صلاة
و كتيّب أذكار
في داخل كل علبة
Soft bag, Prayer mat & prayer booklet inside
NEW BOY
NewBoy © 2006 All rights reserved.

مجلة الفتاة العربية

fulla Magazine












ثياب جديدة.. شمس ساطعة.. يوم رائع.. ابتسامات تغمرنا بالدفء في كل مكان.. قلوب تنبض بأمل جديد..
وسماء مزخرفة بضحكات الأطفال..
إنه العيد.. ذلك الزائر الذي يفاجئنا دائماً بالرغم من توقعنا لمجيئه.. بالرغم من معرفتنا بأنه الآن خلف الباب يستعد للدخول
لماذا؟!.. لأنه يشبه قلوب الأطفال التي تدهشنا دائماً بعفويتها وبساطتها وصدقها فتدخل الفرحة إلى أرواحنا دون استئذان
وتغير شكل قلوبنا لتبدو كما الـ... لا أدري..
لكن أن تخترن شكل قلوبكن.. مع العيد
كل عام وأنتن بخير..

فلة


## أسرة العمل

**رئيس التحرير**
منار الطرابيشي

**مدير التحرير**
زينة جوخدار

**المدير الفني**
خالد شق

**المدقق اللغوي**
بثينة اللحام

**إخراج الصفحات**
سلاف معروف - تامر رمضان - رغد عبد الكريم


## وكلاء التوزيع المعتمدون

| | | هاتف | سعر البيع |
|---|---|---|---|
| السعودية | الشركة السعودية للتوزيع | 441 99 33 | 12.00 ريال |
| الإمارات | شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع | 391 65 00 | 12.00 درهم |
| قطر | دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع | 455 78 10 | 12.00 ريال |
| الكويت | شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع | 241 78 08 | 1.00 دينار |
| البحرين | مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف | 172 94 000 | 1.200 دينار |
| الأردن | شركة أرامكس ميديا | 535 88 55 | 2.250 دينار |
| عمان | مؤسسة العطاء للتوزيع | 244 91 399 | 1.200 ريال |
| لبنان | شركة الناشرون لتوزيع الصحف والمطبوعات | 277 088 | 4800 ليرة |
| سورية | للاشتراك الاتصال على الرقم | 93-27 22 21 | 150 ليرة |
| العراق | مجموعة المستقبل للإنتاج والخدمات الإعلامية | 077 032 090 90 | 4750 دينار |
| اليمن | الدار العربية للنشر والتوزيع | 331 797 | 450 ريال |
| السودان | دار الريان للثقافة والنشر والتوزيع | 466 357 | 700 دينار |
| المغرب | الشركة العربية الإفريقية للتوزيع والصحافة والنشر | 222 49 200 | 25.00 درهم |
| تونس | الشركة التونسية للصحافة -سوتوبريس | 713 22 499 | 4.00 دينار |


NEW BOY


3

سيناريو : هند العيتي - رسوم: خالد شق - تلوين: رندة عبود




وفجأة بدأ يقرع باب المنزل ..
جدتي.. ربما هي جارتنا الجديدة تود الاطمئنان عليك
اسمعا.. لا أريد لأحد أن يعلم بأمر السرقة.. لا أريد للسارق أن يهرب بغنيمته ..
خير.. يا جارتنا، اشربي بالهنا والشفا.. زوجي أبو يوسف يأتي بعروق السوس الطازجة ويحضر الشراب بيده.. ويقول: "السوس نبتة مباركة" .. هيا اشربي، سيطفئ الحمى إن شاء الله
آه يا نار قلبي.. ما الذي سيطفئها وقد ضاع.. مالي.. الغالي آآه
وفي اليوم التالي في بيت فل الدار
هيا.. علينا أن نذهب إلى الطبيب!
لا أعتقد أن الجدة بحاجة إلى طبيب.. هي تحتاج فقط أن تجد مالها!
ولكي تجد مالها.. لا بد لنا من زيارة الطبيب
بعد قليل عند طبيب المدينة
هل نستطيع سيدي أن نعرف إن كان أحد قد تداوى بنبات الخروع في فترة الحج
قصة طويلة
تداوى به كثيرون.. الخروع يداوي عدة أمراض ولكن بم يهمكما الأمر؟ وفي فترة الحج بالذات؟!


وتحدث قطر الندى الطبيب بقصة سرقة مال الجدة
هممم.. ملاحظة ذكية ولكن عليكما أن تعلما أن الخروع شجرلا يطلب إلابالزيت الذي يستخرج من ثمره وهذا الزيت لا يستطيع أن يحضره إلا العطارون
العطارون! من؟
لا نعرف في المدينة إلا برهوم العطار.. و.. شخصاً.. يدعى أبا يوسف قدم حديثاً إلى المدينة ويعمل بالعطارة
أليس أبو يوسف هو زوج أم يوسف جارة الجدة
نعم.. أم يوسف زوجها عطار! ولكن.. هل تعتقدين..!!
علينا الذهاب إلى الوادي أولاً وعندها سنتأكد
وبعد قليل في الوادي
هنا.. هنا وضعت المال.. حفرت.. ثم ردمت جيداً
همم.. نعم



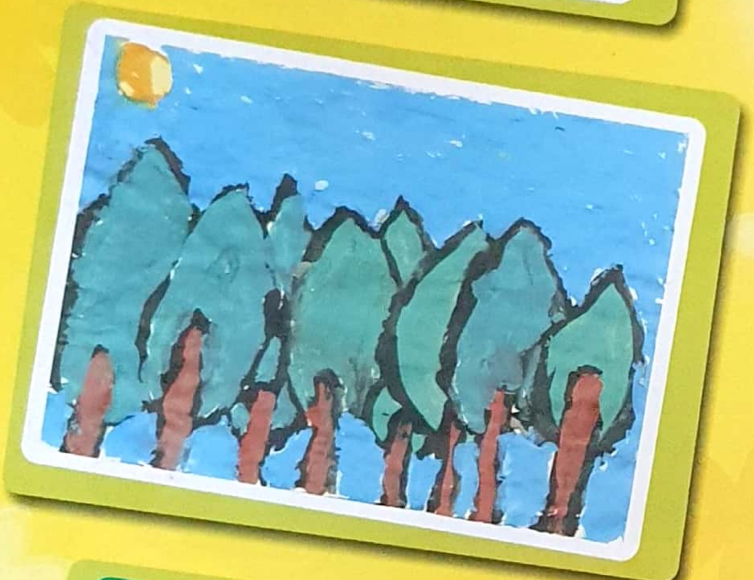
لقد توقعت هذا.. السوس الذي حضره لك أبو يوسف نما تحت شجرة الخروع هذه.. وعندما حاول انتشاله وجد المال.
وهذا النوع من الأشجار لا يقصده إلا العطارون.. وأبو يوسف.. عطار!
أبو يوسف!!.. ويقول: إن السوس نبتة مباركة.. طبعاً مباركة.. قد جلبت له ثروة.. لا بارك الله له.. لا بارك له
وبعد قليل أمام بيت أبي يوسف
من بالباااااب؟
جارتكم الحاجة.. هل جارنا أبو يوسف موجود؟
ليس هنا يا خالة
ستأتي في وقت لاحق.. قولي له يا صغيرتي: "شراب السـوس الذي حضره لذيذ.. ونريد أن نسأله من أي أرض مباركة جلبه
ألن تعودي عن ثرثرتك.. وتدخلك فيما لا يعنيك.. ما الذي أوصل شراب السوس إلى الجارة.. ها؟
هون عليك..
هون عليك.. ما المشكلة؟
أراحني الله منك.. مصيبة ستحل على رأسي بسبب ثرثرتك وتقولين ما المشكلة.. ؟!
حان الوقت لتقوم بمهمتك يا بني!


Decor
your room with Fulla
Furniture
زيني غرفتك
بمفروشات فلة
fulla
NewBoy © 2006. All rights reserved.
NEW BOY

# مواهب

رسم : آلاء جوخدار
العمر : ١٠ سنوات









# هذا الكون



إعداد: ماريا دعدوش

الزُّهَرة، الكوكب الأقرب للأرض والأشبه بها..
ثاني كواكب المجموعة الشمسية بعد عطارد.
سماه القدامى فينوس على اسم آلهة الجمال رغم غضبه.
فما سر جماله؟؟ وما سر رعبه؟؟ وما سر شبهه بالأرض؟؟ وما سر غموضه؟

لندع جميعاً فلة تخبرنا ماذا شاهدت في تلسكوبها عنه




## الزُّهَرة.... توءم الأرض الجميل المرعب الغامض

### الزُّهَرة.. توءم الأرض...

الزُّهَرة يشبه الأرض بالحجم والوزن والعمر والجاذبية، بل يوجد عليه أيضاً براكين حية، حيث لا يعرف في المجموعة الشمسية كواكب عليها براكين ناشطة إلا هذين التوءمين، وهو الكوكب الأقرب إليها حيث يبعد عنها فقط ٤٢ مليون كيلومتراً في حين يبعد ١٠٨ مليون كيلومتراً عن الشمس.

### الزُّهَرة.. الكوكب المرعب..

تغطي الزُّهَرة سحب من حمض الكبريت الأصفر البرتقالي، وهذه السحب تدور حوله دورة كاملة كل ٤ أيام بسرعة مخيفة، أقوى من أقوى أعاصير الأرض... عدا البروق والرعود التي لا تتوقف على سطحه... هذه السحب تحتبس حرارة الشمس، مما يجعل الحرارة على سطحه تقارب الـ ٤٥٠ درجة مئوية، وهذه الحرارة



تكفي لإذابة الرصاص، وتجعله الكوكب الأكثر حرارة في المجموعة الشمسية ..

وكأن الرياح والحرارة والرعد والبرق لا تكفي لنشر الرعب على سطحه بل يضاف إلى ذلك الضغط الذي يعادل تقريباً ١٠٠ ضعف عن الأرض، مما يؤدي لسحقنا فور ملامسة قدمنا لسطحه .

وقد يتساءل أحدنا كيف تمكنا من جمع هذه المعلومات عنه، في هذه الظروف المرعبة؟؟؟ والجواب هو: عبر الرحلات المتعددة .. حيث أسقطت المركبات الفضائية على سطحه حساسات لدراسته .. ولكنها لم تتمكن من المكوث طويلاً في هذه الظروف القاسية، فجاءت بعد ذلك المعلومات التي أرسلت بها مركبة ماجلان عام ١٩٩٠، والتي قامت الرادارات التي على سطحها بصنع خرائط كاملة للزهرة .

## سر الزهرة الغامض؟؟؟ ..



هل تصدقون أن الشمس تشرق على الزهرة من الغرب وتغرب من الشرق؟؟؟

السبب هو أنه الكوكب الوحيد في المجموعة الشمسية، الذي يدور باتجاه عقارب الساعة وليس عكسها كباقي الكواكب .

هل تصدقون أيضاً أن اليوم الواحد على الزهرة أطول من السنة عليها ؟؟

حيث يدور حول الشمس في ٢٢٥ يوماً وهو طول عامه، بينما يدور حول نفسه في ٢٤٣ يوماً وهو طول يومه، وهذا ما يجعله الكوكب الأبطأ في المجموعة الشمسية، حيث يدور فقط بسرعة ٣٥ كيلومتراً بالثانية .

## ما الذي يجعل الزُهَرة إذاً أجمل الكواكب؟؟؟ ...

إذا نظرنا ليلاً في السماء فإننا سنشاهد نجمةً لامعةً جميلةً جداً، لا تكاد أية نجمة من ملايين نجوم السماء تشبهها في شدة لمعانها ..

الحقيقة .. هذه ليست نجمة، إنه كوكب الزُهَرة، والسبب في جماله وشدة لمعانه، هو شدة قربه من الأرض من جهة، وطبقة السحب الكبريتية على سطحه من جهة أخرى .. حيث تقوم هذه السحب بعكس أكثر أشعة الشمس الساقطة على سطحه، مما يعطيه هذا اللمعان القوي، ولهذا السبب لقّبوا الزُهَرة على اسم آلهة الجمال .. فينوس .

## الزُهَرة يكسف شمسنا تماماً كالقمر ...

في عام ٢٠٠٤ في حزيران، تمكن أكثر سكان الأرض، من مشاهدة الزهرة كنقطة سوداء، تتحرك أمام وجه الشمس من اليسار إلى اليمين، وذلك عندما تصادف مروره بين الأرض والشمس .. حيث استغرق العبور ٦ ساعات، وسيتكرر هذا العبور عام ٢٠١٢ إن شاء الله .

# خواطر شعرية

## مزرعة أبي

في مزرعة أبي بستان ... يحمل من كل الألوان
فالعشب الزاهي أخضر ... والعنب الصافي أصفر
والقمح الرائح أشـــقر ... والأحمر لون الرمان

في مزرعة أبي أصـــوات ... تصدر في كل الأوقات
فالبلبل يشدو صو..صو ... وكلاب تنبح هو.. هو
وتخـــور البقرة مو..مو ... وغزال يعـــدو بأمان

في مزرعـــة أبي ألعب ... أرسم وأغني وأركض
أســبح في النهر الجاري ... وأصلي لربي وأسجد
والعالم حـــولي يزهو ... ويدندن أحلى الألحان

زينة جوخدار




fulla®
New Look!
طلة جديدة!
New
Winter Collection
تشكيلة الشتاء
NEW BOY
NewBoy © 2006. All Rights Reserved

# موضة تناسبني

أنا متأكدة من أنك وقفت كثيراً أمام خزانة ملابسك ،
وقد احترت ماذا ستلبسين لحفل زفاف عمك ،
أو لحفل زفاف خالتك ، أو لحفل ميلاد إحدى صديقاتك . . .
ولكن مع ياسمين سيبدو هذا الأمر سهلاً . . . . .
انظري إلى هذه المجموعة
وتأمليها . . .





ما رأيك
بهذا الفستان الأبيض الموشّى بالورود ،
والذي يشبه أثواب الأميرات ؟؟
وتلك التسريحة التي جاءت
مع التاج الساحر . . . لتجدي نفسك
وكأنك قادمة من قصص الخيال الساحر



أو هذا الأبيض
الذي يلف الأسود أطرافه ، ليجعل منه ثوباً في
غاية الأناقة والفخامة .
مع ربطة شعر سوداء . . وشال أسود . .
أو حتى قفازات سوداء لتكمل تلك الأناقة الملكية



كما تستطيعين الاستعاضة
عن الثوب الرسمي
بهذا الطقم الأبيض الأنيق ،
والمؤلف من قطعتين
مع قبته الفرو وقبعته
المستديرة الرائعة .

فما الذي تنتظرينه؟!.. انتقي ما تريدين وانطلقي إلى حفلتك..





وانظري إلى هذا الأبيض الموشى بالورود الحمراء، المنتشرة في أرجاءه والتي تشكل مع ذلك التاج والزنار حديقة رائعة تضفين سحرك عليها.. إنه لباس ملائكي، سيضفي النقاء والصفاء على طلعتك. ألست معي في هذا؟...



وإذا ابتعدنا قليلاً عن اللون الأبيض، فسنجد هذا الفستان البسيط ذا اللون الأزرق كلون السماء الصافية... يميزه ذلك التطريز الناعم على الصدر، مع الشال الناعم الذي يزين الكتفين.



ويبقى الأسود دائماً سيد الألوان الغامقة، خاصةً في الحفلات..... فما رأيك بهذا الفستان الأسود الذي يزينه الجاكيت الأبيض القصير؟



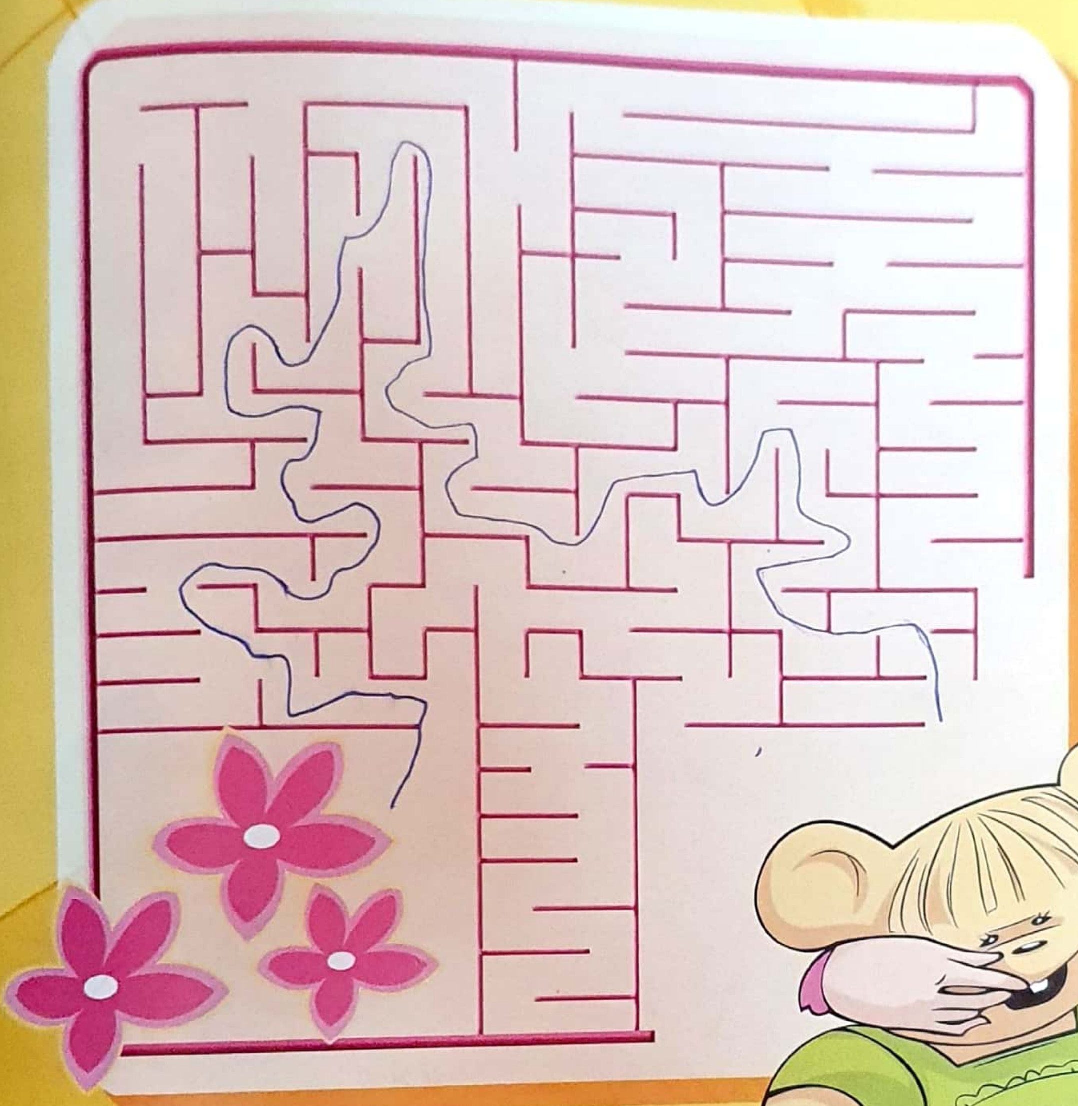
ولا ننسى الفتيات اللواتي يحببن الفساتين ذات الألوان الزهرية، والتي يبدون فيها كحلمٍ يمشي على الأرض.





أما إذا أحببتِ أن تظهري في الحفلة رشيقة في ثياب جميلة.. فما عليك إلا أن تنظري إلى هذين الفستانين... فألوانهما الرشيقة والجريئة تضفي عليهما روحاً حرةً كالطير

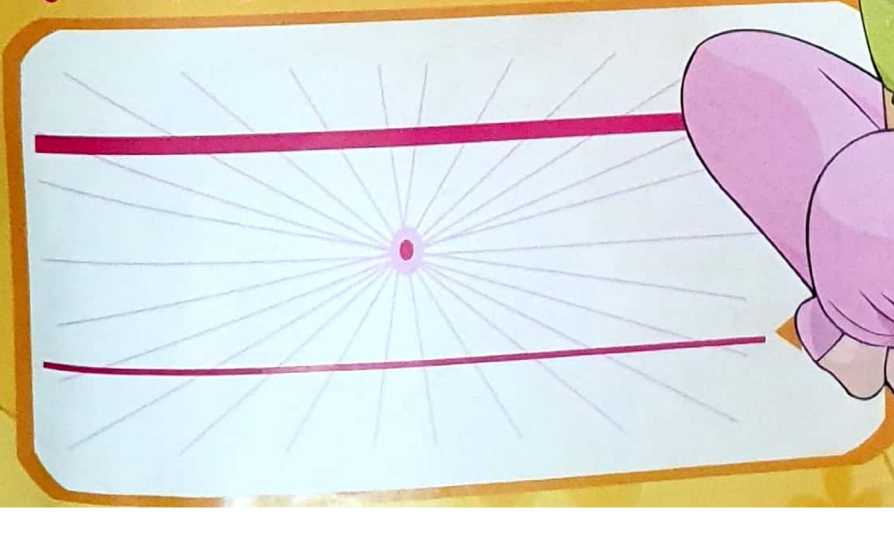
# تسالي



هل يمكنك مساعدة فلة في الوصول إلى ورودها؟



هل هذان الخطان مستقيمان أم مائلان؟



# الشيفرة السرية

بعد أن ذهب بدر وصديقه للقاء أصدقائهما أمام باب القلعة فوجئا بأن أحداً من أصدقائهما لم يأت وبقيا ينتظران هناك مدة وعندما قررا العودة إلى المنزل صدما بشيء لم يتوقعا رؤيته هناك... هل يمكنك اكتشاف ما رأيا...!

| ا | ب | ت | ث | ج | ح | خ | د | ر | ز | س | ش | ص | ض | ط | ظ | ع | غ | ف | ق | ك | ل | م | ن | هـ | و | ي |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| > | < | ] | } | " | { | [ | * | ■ | & | ! | # | $ | % | ◎ | ₪ | ❆ | ♫ | ☽ | → | ⊕ | ◇ | ✿ | ✓ | 💧 | = | ϟ |

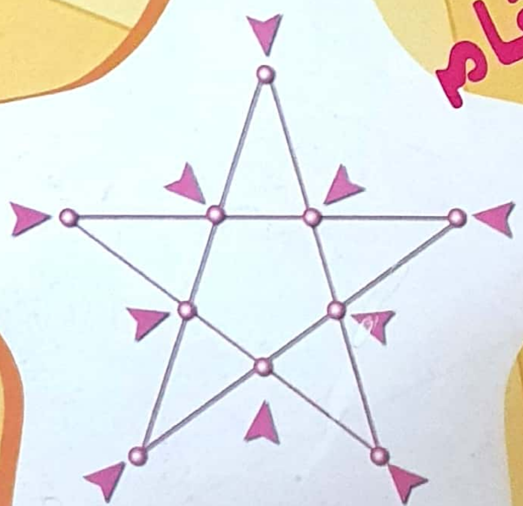
| أ | ة | ئـ |
|---|---|---|
| Ω | ® | § |

❆ ■ < > ]    ! ϟ ■ ⊕    ☽ ϟ 💧 >

> ◇ ❆ * ϟ *    ✿ ✓

> ◇ { ϟ = > ✓ > ]    > ◇ ■ > § ❆ ®

# أرقام..... أرقام



هل تستطيعين
ترتيب الأرقام التالية على النقاط الحمراء الموجودة على النجمة بحيث يشكل مجموع الأرقام الممتدة على خط مستقيم واحد العدد ١٠٠ وبحيث لا نكرر العدد أكثر من مرة

٢٨ ـ ٢١ ـ ٢٣ ـ ٣١ ـ ٢٥ ـ ٢٤ ـ
ـ ٢٧ ـ ٢٢ ـ ٢٩ ـ ٢٠

# صديقتي المبتسمة دوماً

(إيمان السيد.. ٦٠/٥٧) (مها الرفاعي .. ٦٠/٦٠) (بسمة السمان.. ٦٠/٣٥) وصُعِقتُ.. مها وإيمان تحصلان على أعلى العلامات في امتحان الرياضيات.! أما أنا خمس وثلاثون وبينما أكملت المعلمة ذكر علامات الفتيات شعرت بالصمم يطرق آذاني.. وأحسست بالدنيا تدور أمام عيني وكأن أحداً يلف حبلًا حول رقبتي ليخنقني.. مها تنال العلامة التامة.. الستين..! دون أي نقص..أما أنا فبالكاد تجاوزت الثلاثين.. لا لا أريد أن أراها أو أسمع باسمها.. إنها محظوظة في كل شيء.. الكل يحبها ويتحدث إليها ويمتدح ذكاءها واجتهادها.. أما أنا..فلا أحد يهتم لأمري، لقد ودعني الحظ منذ ولادتي.. نعم.. لست الملومة على هذه العلامة ولا على أي تقصير في دراستي.. المقصران هما أمي وأبي.. وأكملت نهاري في المدرسة حزينة تائهة دون أن أكلم أحداً.. واقتربت مها مني متظاهرةً بمواساتي في علامتي تبتسم لي وتشجعني على الدراســـة و الاجتهاد .. يا لها من مغرورة.. إنها تظن أنها قد نالت هذه العلامة لأنها أذكى وأفضل مني.. إنها لا تعرف ظروفي القاسية لا.. توقفي أيتها الدموع الســـــخيفة لا تتساقطي أمام مها.. لن تجعليها تسخر مني وتشمت من فشلي.. وخرجت مسرعة بعد انتهاء الدوام وأنا أشعر بالخجل والعار .. وما إن دخلت المنزل حتى استقبلني الشجار المعتاد بين أمي وأبي.. فنسيت العلامة والمدرســـــة ووقفت مع أختي



رسم: اليسار درويش

الصغرى ذات الثماني سنوات.. وأخيراً حل الهدوء فقد تعب الاثنان من الشجار وجلس كل منهما في غرفة منفصلة.. وهكذا كانت تمضي أيامي.. توتر وصياح.. وبكاء .. وعندما يتصالحان.. يبدأان محاسبتي .. ما هذه العلامات يا بسمة؟. ماذا ينقصك يا بسمة؟. ادرسي يا بسمة!. اهتمي بعلمك يا بسمة !.. وكيف أدرس في هذا الجو المشحون؟!. وكيف تريدون مني أن أصبح مثل مها؟!.. إنها في نظر الجميع المتفوقة الذكية اللطيفة المهذبة المبتسمة دائماً. وهل تعاني من شجار أمها وأبيها مثلي ؟ من المؤكد أنهم يحيطونها برعاية تامة في ظروف أسرية عالية من حب وهدوء ورفاهية كي تنجح وتتفوق أما أنا!! بسمة الكسولة الكئيبة المنعزلة.. وكيف تريدون مني أن أضحك أو أدرس أو أستمتع مع صديقاتي مثلها. إن خلاف والدي المستمر ولأتفه الأسباب جعلني أكره النجاح والصديقات والحياة.. إنهما السبب في كل ما أعانيه .. آه لو يدريان كم أحبهما.. وكم تسعدني الأيام التي يكونان فيها متفاهمين ولكنها أيام قليلة وتعود الحرب لتشتعل بينهما.

وتغيبت مها ليومين متتاليين، وعلمنا من صديقتها التي تسكن بجوارها أن ساقها مكسورة. واتفقت مع بعض الصديقات أن نذهب لزيارتها. واشترينا باقة ورد وأخذتنا جارتها لتدلنا على المنزل.. كنت طوال الطريق أفكر في مها المحظوظة. لا ينساها أحد حتى لو غابت.. ولابد أنهم الآن في المنزل يحملونها على الأكُفّ. ويدللونها أكثر بعد كسر ساقها..

ودخلنا من شارع إلى شارع حتى وصلنا إلى زقاق ضيق في آخره بيت قديم ..وقرعت صديقتنا الباب وفتحت لنا طفلة صغيرة . رحبت بنا وأدخلتنا إلى غرفة مها.أو بالأحرى أريكة مها.. وفوجئت بما رأيت.. بيت قديم صغير مكون من غرفتين. أما مها فكانت جالسة على الأريكة تمد ساقها المكسورة على كرسي صغير أمامها وتضع مجموعة من الكتب على طاولة صغيرة أمامها. وأختاها الصغيرتان تلعبان قربها. وما إن رأتنا حتى افتر ثغرها بابتسامتها اللطيفة المعتادة ورحبت بنا كثيراً وشكرتنا على الورد والزيارة وأخذنا نحدثها عن تفاصيل الدروس التي فاتتها وهي تصغي باهتمام وقدمت لنا أختها الصغرى العصير وهي تكاد تتعثر بخطواتها فضحكت مها وشكرتها واعتذرت منا لأن والدتها ليست موجودة لاستقبالنا فهي تعمل في مصنع الزجاج ولن تعود قبل ساعتين. وأخذت تروي لنا وهي تضحك كيف وقعت عن السلم وهي تدق المسمار في الجدار لتعليق صورة والدها الميت فكسرت ساقها وكسرت أطباق الطعام على الأرض ونادت أختها للجيران فحملوها إلى المشفى الحكومي القريب فجبروا ساقها وأعادوها إلى المنزل وبقي إخوتها دون طعام ذلك اليوم حتى عادت أمهم من العمل حيث فوجئت بساق ابنتها المكسورة .. كانت مها تروي كل هذه الأحداث بمرح وبساطة وكأنها تقص حكاية طريفة عن شخص آخر وكنا نشاركها الضحك مراراً ..ومر الوقت بسرعة وانتهت الزيارة وودعتنا بابتسامتها اللطيفة ....وخرجت من عند مها وأنا إنسانة جديدة بعقل جديد وقلب جديد وتعلمت من مها أننا نحن من نصنع ظروفنا وليست هي التي تصنعنا. و عدت لمنزلي الحبيب ولأول مرة شعرت برغبة ملحة بالدراسة والعمل وثقة بالنجاح. ودخلت غرفتي وفتحت كتبي وحملت أقلامي.وأنا......مبتسمة؟!!!!

بثينة اللحام

# هيدروجين

هل أملك فكرة عن الأشياء ذات القيمة الحقيقية في حياتي؟

إعداد: ماريا دعدوش

## الوقت

في استفتاء للرأي قامت شركة كبيرة على الانترنت بتقديم ١١ احتمالاً لتمضية الوقت إلى ٢٧١٣ مشاركاً فأجاب ٤٠٪ أنهم يلعبون بألعاب الكمبيوتر، ٣١٪ يشاهدون التلفاز، و١١٪ يحبون الخروج مع الأصحاب، وبالمقابل هناك ١٠٪ آخرون يحبون القيام بنشاطات مع الأهل، و ٧٪ يمارسون الرياضة، و ١٪ يقرؤون في كتاب.

أتنفس في اليوم ٢٤ ألف مرة.. أصرف منهم في النوم و الأكل و المدرسة و التلفاز ٢٢ ألف نَفَس.. ويبقى لي فقط ألفا نَفَس.. فكيف سأقضي أنفاسي المتبقية؟؟؟

**1** أنا أخطط لإكمال دراستي الجامعية:

١- لن أختار فرعاً يحتاج لمعرفة اللغات الأجنبية لأني لا أتقنها.

٢- بالطبع سأحتاج للدراسة في مراجع أجنبية، ولذلك أنا أستثمر وقتي بمشاهدة الأفلام الأجنبية.

٣- سأستثمر وقتي في دورات تعلم اللغات.

**2** أحب أن أتزوج عندما أكبر:

١- لن أنجب أطفالاً لأن إنجاب الأطفال والعناية بهم يحتاج أن يكون جسمي رياضياً ولست كذلك.

٢- سيكون عندي أطفال، ولكنني سأجعل والدتي والآخرين يهتمون بهم.

٣- سأمارس الرياضة وأبني جسماً قوياً، حتى أتمكن من العناية بأطفالي بنفسي.

**3** أحد الأوراق المطلوبة لدخولي الجامعة:

١- قائمة بأسماء الأفلام والأغاني التي شاهدتها.

٢- قائمة عن عدد صاحباتي وأسمائهن.

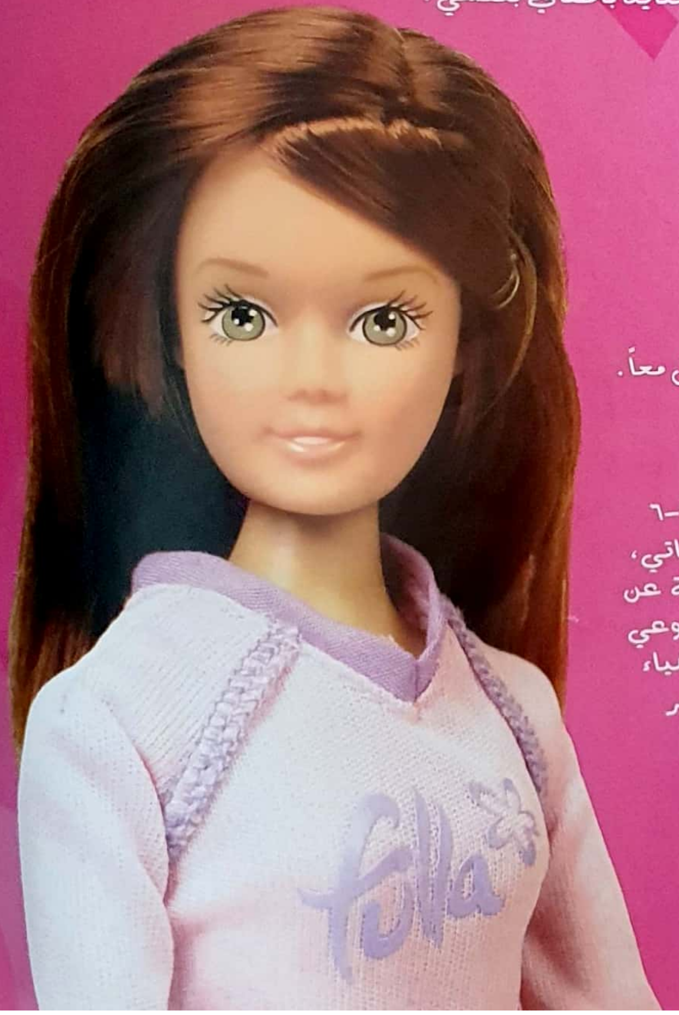
٣- قائمة بخبراتي المدرسية واللغوية والمعلوماتية.

**4** أهلي وإخوتي أحبهم أكثر:

١- عندما لا تجمعني أية نشاطات مشتركة معهم.

٢- عندما ألبي جميع طلباتهم.

٣- عندما نحرص أن نقضي أوقاتاً خاصة نتحاور ونتواصل معاً.



أضع لنفسي ١ عن كل إجابة أولى و٢ عن الثانية و٣ عن الثالثة، إذا كان مجموعي ٤-٦ فأنا لا أعرف ما هي الأشياء ذات القيمة في حياتي، أما إذا كان مجموعي ٦-٩ فلدي فكرة بسيطة عن الأشياء المهمة في الحياة، وفي حالة كان مجموعي ١٠-١٢ فإني أعرف تماماً ما هي الأشياء القيمة في حياتي، وسأستثمر الوقت المتبقي من يومي للاهتمام بها.

## ...لن أهدر أبداً الوقت القليل المتبقي لي من يومي ...

### ففي الفنون

يمكنني أن أشتري ألواناً للوجه، وكتاباً لرسوم الوجه، ثم أتعلم كيف أرسم على الوجه بضعة رسوم للتنكر ليفرح بها الأطفال، وأن أرسم بضع لوحات أبيعها في اجتماعات العائلة، وأن أطبق أشغالاً يدوية من مواد منزلية بسيطة.

### وفي الرياضة

أستطيع أن أمشي يومياً نصف ساعة على الأقل.. أو أن أرقص على نغمات ثلاث أغنيات كل يوم مثلاً.
أو أن ألعب كرة السلة مع بنات عمي في حديقة منزل الجد، أو أن أقفز بالحبل، أو أن أدور بالإطار البلاستيكي حول خصري ربع ساعة يومياً، أو أن أتعلم الوقوف على يدي ليُدهش الجميع مني.

أما إذا كنت أحب أن أعبر عن

### نفسي ومشاعري ...

فسوف أتعلم رسم الكرتون لتأليف قصة، أو أكتب شعراً بسيطاً قصيراً يتحدث عن مواضيع طريفة (مثلاً: على ثلاثة طرود.. رسمت ستة قرود.. تحيط بها الورود.. ثم جاء أخي مسعود.. يحمل بيديه العود ...) أو يمكنني أن أصنع بطاقات أعلقها بدبوس على الصدر، فيها وجوه مضحكة تعبر عن مزاجي اليوم ..أو أضع أعلاماً في السقف عليها حروف ملونة لكلمات: ابتسمي، ممنوع التدخين، مثلاً ..وهناك التسالي التي يمكنني أن أصممها على الورق كالمتاهات والكلمة المفقودة والنكات والشيفرات.. ثم كم سيكون رائعاً أن أجمع كل أعمالي من كرتون وقصص وشعر وتسالٍ في مجلة أعرضها في اجتماعات الأهل.

### ومع أسرتي

سوف أصرفُ وقتي على إعداد الوجبات الشهية كالكاتو والحساء والسلطة، أو سوف نلعب ألعاب الطاولة كالشطرنج والمونوبولي وغيرها، أو قد نذهب للحديقة مصطحبين شطائرنا، أو قد نغني معاً، وأنقر لهم على الطاولة أو الصينية إيقاعات ساخنة...

في منتصف أيلول ٢٠٠٥ قام السريلانكي (السيد جواشيم) بتحطيم الرقم القياسي في موسوعة غينيس لمشاهدة التلفزيون، حيث قام بمشاهدة التلفزيون بشكل متواصل لمدة ٦٩ ساعة.. بأي نشاط سأدخل أنا موسوعة غينيس؟؟؟

# أريد أن أكون مثل مودا زونّا ...

سيناريو نوار حمالي
رسوم خالد شق
تلوين اليسار درويش




في اليوم التالي
أهلاً فلة! أين ياسمين؟
ماذا؟! ألم تأت معك؟
غريب!
في وقت الانصراف
سأمرُّ ببيت ياسمين، إلى اللقاء ندى
حسناً.. إلى اللقاء
أهلاً جميلتي فلة، أرحب بك ترحيباً مليئاً بالألوان الحارة، في مملكة الأناقة المتلألئة
MODA ZONA
ما الذي يجري؟
MODA ZONA
لا ياجميلتي ..كلماتي الراقية المليئة بألوان الطيف تعلمتها من مودا زونا، رمز الفن، شعاع الأناقة، وشاح الثقة، راية الإبداع..
قبعة الفاكهة
ماذا؟.. ألم تعجبك!!
أنا أرفض التحدث إلى شخصية لا تقدر الفن الأصيل
لا..لا أقصد إغضابك ولكن..
دعك من هذا الكلام وأخبريني يا عزيزتي، لَمَ لم تأتي اليوم إلى المدرسة؟
وما أهمية المدرسة؟


المدرسة الحقيقية هي مودا زونا، سأتكلم مثلها وأرتدي مثلها وآكل مثلها، كي تنبت في رأسي الأفكار الإبداعية مثلها، و
ولكن هذا خطأ.
أنت لست بحاجة لتقليدها كي تكوني مبدعة، أنت..
سأعيش مثلها
وستأتيني الأفكار كالشلال المنساب تحت ضوء القمر..
أنت مخطئة!!!.. صدقيني
سأستيقظ في الليل وأنام في النهار، سأتناول ست وجبات في اليوم، سأرسم بيدي اليسرى، وأبصم بإبهام قدمي، سأسير حافيةً فوق الأرض المتسخة سأ...
لا فائدة من الكلام معها
في بيت ندى
هوّني عليك يا فلة، لا بد أن تعود إلى طبيعتها خلال أيام.
لكنها لم تسمع ولم تحاول أن تفهم
ليتك سمعت كلامها الغريب يا ندى، أو رأيت قبعتها... آه قبعتها
ليتني لم أهدها هذا القرص، ستصاب بالجنون بسببي.. آه ليتها تفهم خطأها قبل فوات الأوان
نعم هذا هو الحل
هل تساعدينني يا ندى؟
ترررااك
ترررااك


بعد قليل
أسرعي! علينا المساعدة في هذه المصيبة
آآآآآآ !
توقفي! هل جننت؟
يجب أن أدخن الغليون مثل أينشتاين، يجب أن أكون مثله في كل شيء ،
حتى أتمكن من استيعاب
نظرية النسبية
ندى حبيبتي، ما هذا الشعر الغريب؟ ليس المهم مظهر الإنسان ولباسه، المهم هو ما في رأسه، أما التقليد فهو طريقة غبية و..
أ...
هه هه هه !
هه هه هه !
آه فهمت! حسناً لن أقلد أحداً بعد الآن

# أنامل ذكيـة

**ما رأيك بوضع هداياك الصغيرة في هذه الحقائب الملونة المضيئة..؟؟** إنها حقائب جميلة تستطيعين صنعها بنفسك وبالحجم الذي تودين... حيث تستطيعين استخدام ورقة واحدة لصنع الحقيبة الصغيرة، وورقتان لصنع الكبيرة... كما يمكنك تزيين الورقة قبل البدء بصنع الحقيبة.

أما يد الحقيبة.. فتستطيعين صنعها من خيط أو من شريطة جميلة...

ابحثي عن ورقة مزخرفة على كلا وجهيها أو استخدمي ورقاً ذهبياً أو فضياً....

## يلزمني

- مجموعة ورق
- صمغ
- ثاقبة ورق
- شريط





1

ابدئي بطي الورقة للداخل وليكن القسم المطوي مساوياً لربع عرض الورقة الكلي... ثم مرري ظفر إبهامك على طول الطي لتأخذ الشكل المناسب ،اقلبي الورقة المطوية ثم ضعي الصمغ على إحدى نهايتيها

٢ اجمعي طرفي الورقة بشكل دائري بحيث تلتصقان مع بعضهما، وانتظري قليلاً حتى يجف الصمغ.

٣ اضغطي الشكل الدائري حتى يصبح منبسطاً، ومرري ظفر إبهامك على طول أطراف الشكل لتجعلي منه شكلاً مناسباً للحقيبة.

٢





٣

٤ اطوي الجوانب على بعد ربع المسافة من الحواف.

٥ أعيدي فتح الجوانب ثم اضغطيهم للداخل... من المفروض أن تكون الورقة قد أخذت شكل الحقيبة.

٤





٥



٦



٦ اطوي نهاية الكيس للأمام لتشكلي أرضية الحقيبة، ثم الصقي الأطراف في الأسفل بالصمغ.

٧ استخدمي ثاقبة الورق لتصنعي فتحات في أعلى الكيس. وذلك لتستطيعي تمرير الشريط من خلالها لصنع يد الكيس.



٧

# عالم غريب

إعداد: زينة جوخدار
رسم: خالد شق





- احزري كيف كانوا ينظفون أسنانهم في الماضي... لن تتخيلي!!! كانوا يستخدمون حجراً بركانياً من نوع خاص، أو يستخدمون عيون سرطان الماء، أو يهرسون عظام الحيوانات، أو يهرسون محارة... فهل يعقل هذا؟!!!
- الأغرب من هذا.. أن العلماء اكتشفوا أن النحل والبعوض والدبابير وحشرات لاسعة أخرى، تفضل لسع البنات أكثر من الصبية... فهل يعود هذا إلى طبيعة الأنثى ونعومتها وجمالها؟؟ وأنها كما يقولون مصنوعة من السكر وأشياء جميلة أخرى؟؟!...
- ولكن ما لن تصدقيه.. إن فرعون مصر وظف ١٢٠٠ شخص للاعتناء بقططه وكلابه فقط... لكن الشيء الأهم من هذا.. هو أن سيدات المجتمع الراقي من المصريين القدماء، كن يستخدمن بيض النمل المسحوق... لماذا؟!!... لقد كانوا يستخدمونه كمساحيق للزينة ويضعونه على وجوههم...
- لا بأس.. فأنا أعلم مدى استغرابك مما تسمعين ولذلك فسأريحك بمعلومة طريفة.. ففي يوم من أيام عام ١٩٤٥ قصرت ساعة (بيغ بين) الشهيرة خمس دقائق... وهل تعلمين لماذا؟!!.. لأن مجموعة من طيور الزرزور المهاجرة، تعبت من السفر فقررت التوقف لتستريح فوق عقرب الدقائق...



ـ وإذا انتقلنا إلى الطب فسنذهب إلى إنكلترا، حيث كانوا يسمون طبيب الأسنان بساحب الأسنان... وكان طبيب الأسنان يلبس قبعة مدببة، ويضع حول عنقه عقداً مؤلفاً من العديد من الأسنان التي اقتلعها...

ـ أما في العصور الوسطى.. فكانوا يصنعون الخواتم من مسامير التوابيت، ثم تقوم الملكة أو الملك بمباركته... حيث كانوا يعتقدون أن هذا سيحميهم من المرض...

ـ أما طريقة معالجتهم لوجع الأسنان فهذا حقاً شيءٌ غريب، حيث كانوا يحكون اللثة بواسطة شظية خشبية حتى تنزف، ويجب أن تكون من شجرة قد تعرضت لصاعقة برقية... ثم يقومون بدق هذه القطعة الخشبية الحادة في الشجرة حتى تغيب داخلها، لتترك المرض داخل الشجرة المباركة.

ـ أما في القرن التاسع عشر.. فقد كانوا يعالجون الجدري عن طريق فتح نافذة المريض، وحث البعوض على الدخول إلى الغرفة، ثم طرده ثانية خارج النافذة ليأخذ المرض معه... أليس هذا عالماً غريباً؟!

# أكاديمية الميديا

إعداد: ملك إبراهيم باصا
رسم: خالد حسن

أنهت فلة زيارة ثلاث محطات في مدينة القصص برفقة فريد، وبتقديمها لفكرة وعبرة ووصف لشخصيات قصة تكتبها عثرت على ثلاثة أسرار هامة لكتابة القصة القصيرة.

واليوم وبعد أن أرسلت لها عدد من صديقات المجلة وصفاً لشخصيات القصة التي يكتبنها ،اصطحبها فريد إلى مبنىً جديد مؤلف من ثلاثة أقسام متصلة ببعضها البعض.



دخلت فلة وفريد القسم الأول من المبنى فإذا بالمكان خال إلا من بعض النوافذ.اقتربت فلة من إحداها فرأت بركاناً يثور وحمماً تتدفق منه. فأصيبت بالهلع وقفزت من مكانها.

فريد: لا تخافي فلة..

سحب فريد فلة من يدها إلى النافذة التالية. فإذا بها ترى فيضاناً نهرياً مرعباً.

ومن النافذة الثالثة شاهدت فلة وفريد عاصفةً ثلجيةً قوية..

قطبت فلة حاجبيها: إنه مكان مخيف..

فريد: هذا المكان يحتوي على أحد أشكال الصراع الذي من الممكن أن يتعرض له بطل أية قصة...

فلة: ماذا تعني بالصراع ؟

فريد:إنه المخاطر أو العوائق التي يضطر بطل القصة لمواجهتها..

فلة:الآن فهمت..يواجهها للحفاظ على حياته ..

فريد: أو لينقذ حياة آخرين... كأن يحدث ثوران بركاني يفر منه البطل مع أهل مدينته للنجاة بحياتهم ..

فلة: فهمت..

فريد: وقد تكون مجرد عوائق تمنعه من الوصول إلى هدف يسعى إليه...



فلة (مقاطعة): كأن تتعرض طائرته لعاصفة تجعلها تهبط في مكان موحش..مما يعيق وصوله للوجهة التي يريدها..مارأيك؟؟

فريد: رائع فلة..حقاً رائع ..الآن إن خمنت اسم هذا الشكل من الصراع سننتقل إلى القسم الثاني من المبنى...

فلة: كل ما شاهدته عوامل طبيعية.. أعتقد أنه... صراع مع الطبيعة..

هرول فريد مسرعاً وهو يشد فلة من يدها:أحسنت هيا بنا..



دخلت فلة القسم الثاني من المبنى فرأت على جدرانه صورة الذئب في قصة ليلى والذئب و صورة زوجة الأب في قصة سندريلا، وصوراً أخرى لشخصيات شريرة في قصص مختلفة.

فلة: ما كل هذه الصور؟

فريد: إنها صور لشخصيات لعبت دور العدو لأبطال قصص مختلفة.. فكانت تعيق الشخصية الرئيسية عن الوصول لهدف معين نسعى إليه.

فلة: زوجة أب سندريلا كانت تريد أن تعيقها وتحرمها من حضور حفلة الأمير.. الذئب أعاق ليلى عن الوصول لمنزل جدتها.

فريد: بالضبط.. وهذا هو الشكل الثاني من أشكال الصراع..

فلة: فهمت..هو صراع ...مع الآخر...

فريد: أحسنت فلة..والآن سنزور القسم الثالث والأخير..

في القسم الثالث وجدت فلة نفسها في مكان خال من أي شيء عدا مرآة كبيرة في وسط المكان. اقتربت فلة منها باستغراب ثم تلفتت حولها.

فلة: أين نحن الآن؟؟

فريد: هذا القسم يمثل الشكل الثالث من أشكال الصراع والمواجهة.. في هذا القسم تقف الشخصية التي تكتبين عنها أمام هذه المرآة لتواجه نقطة ضعف أو عائقاً داخلياً يمنعها من الوصول لهدفها..

فلة: لم أفهم ما تقول؟؟

فريد: لنفترض أننا نكتب عن فتاة خجول، ولكنها تحلم أن تصبح مذيعة..

فلة: خجلها سيعيقها من تحقيق هدفها..

فريد: تماماً ... ولتحقق هدفها لا بد أن تواجه خجلها وتتخلص منه..

فلة: الآن فهمت..المواجهة في هذه الحالة تكون الإنسان مع نفسه..

قفز فريد كعادته من شدة الفرح: ممتاز..ممتاز..

فلة بفرح: أين المفتاح الجديد؟؟

فريد: ليس بعد ..عليك أن تختاري نوع المواجهة التي ستضعين بطلة قصتك فيها..

فلة: مم...ليست مواجهة مع الطبيعة ..ولا مع شخص آخر..هي مواجهة... مع الذات ..مع نفسها..

فريد: جيد ..والآن ما هو الهدف الذي تسعى له بطلة قصتك؟

فلة: الكشف عن هوية كائن غريب يزورها ليلًا ...

فريد: وما العائق الذي سيمنعها من ذلك؟ ... فكرت فلة قليلًا.

فريد: تستطيعين اللجوء إلى الوصف الذي كتبته عن الشخصية..

أخرجت فلة ورقة توصيف الشخصيات ثم أردفت: العائق هو خوف لينا من الظلام

فريد: أحسنت فلة..

قدم فريد لفلة المفتاح الرابع. وما إن فتحت الصندوق حتى وجدت فيه ورقة كتب عليها:



**"تتبلور القصة في شخصية تواجه عائقاً أو عدة عوائق في سبيل تحقيق هدف ما ."**

فلة: والآن إلى أين ؟

فريد: ما إن نتلقى آراء صديقاتك حتى أخبرك عن محطتنا التالية..

**"والآن هلا أرسلت بفكرة قصة مرفقة بنوع الصراع الذي ستضعين بطل أو( بطلة ) القصة فيه وتحددين العوائق التي سيواجهها للوصول إلى هدفه" .**

# اسألي فلة

دائماً أسأل نفسي كيف يمكن أن أتخلص من العواطف المزعجة... وكيف أستطيع السيطرة عليها؟

إذا كنت في رحلة على شاطئ نهر مع العائلة والأصدقاء وبدون قصد سكبت الفحم والرماد الذي كنتم ستستخدمونه في الشواء في الماء وتلوث الماء... فما الذي يمكنك فعله؟ بالتأكيد لن تنزلي في الماء لجمع الرماد وإخراجه... كما أنك لن تستطيعي قطع شجرة لتصنعي سداً يمنع مرور الماء الملوث إلى الجهة الأخرى. وفي نفس الوقت لن تتظاهري بأن شيئاً لم يحدث إذاً كيف ستتعاملين مع هذه المشكلة.... ربما كان من الأسهل الاعتراف بأن هناك خطأ ما قد حدث، وأخذ الاحتياطات المناسبة لتجنب مشكلة مماثلة في المستقبل... وربما نبهت بقية الأصدقاء إلى وجود فحم ورماد في النهر، ليأخذوا احتياطاتهم ويمتنعوا عن شرب الماء من النهر إلى أن ينتهي ذلك التلوث... وسينتهي......

إن عواطفنا تتدفق داخلنا مثل ذلك النهر، كل يوم أربع وعشرون ساعة... والفحم هو تلك المشاعر السيئة التي تلوث مياهه وتعكر صفوه ولكن المشكلة ستعبر منه وستنتهي وستعود مياهه صافية كما كانت؟




## ما هو الغرض من العواطف؟

كل شعور نشعر به يعطينا معلومة عن أنفسنا يمكننا الاستفادة منها...

١ فمشاعرنا تعطينا معلومات عن أفكارنا.. فإذا كنت تشعرين بالطمأنينة والهدوء مثلاً، فستكون أفكارك منطقية وإيجابية وبناءة... أما إذا كنت قلقة، فهناك شيء عليك التوقف عنده والتروي قبل اتخاذ قرار ما...

٢ كما أنها تعطينا معلومات عن سلوكنا... فإذا كنت هادئة سيكون سلوكك متوازناً وهادفاً ومتوافقاً مع قيمك...

ومن جهة أخرى فإحساسك بالقلق سيكون مؤشراً داخلياً إلى أنك بحاجة إلى أن تكوني أكثر تفحصاً لسلوكك....

٣ وأحياناً تعطينا معلومات مفيدة عن صحتنا.. فإذا كنت تحصلين على الراحة الكافية والغذاء المتوازن والتمارين الدورية فمن المؤكد بأن شعورك سيكون جيداً وإلا فربما كان جسدك يقول لك إن عليك الاهتمام بي أكثر...

٤ كما يمكن أن تعطينا عواطفنا معلومات مفيدة عن علاقتنا بالله، فكلما كانت علاقتك بربك أقوى كلما كانت مشاعرك أكثر أمناً واستقراراً...

## - ولكن كيف أستطيع السيطرة على مشاعري؟

إن مشاعرنا لم توجد لنسيطر عليها، لكن لنستفيد منها... حاولي أن تحددي مشاعرك وأن تتجاهليها أو تسيطري عليها (أنا مستاءة - أنا حزينة - أنا غاضبة).. لأنك عندما تحددين مشاعرك ستستطيعين التعامل معها بشكل أفضل....

## - ربما علي القيام بشيء ما لأعبر عن مشاعري... فهذا يريحني؟

لن ترتاحي لمجرد التعبير عن مشاعرك... فصراخك عاليا أو ضربك بقبضتك على الطاولة لا يخرج مشاعرك السيئة خارج جسدك... وربما كان التحدث عنها سيجعلك تشعرين براحة أكبر وكأنك تخرجينها خارج جسدك



## هل التفكير المنطقي بهذه العواطف سيحل المشكلة؟

ألم العواطف مثل الألم الجسدي يأخذ وقتاً ليشفى، والتفكير بالمشاعر السيئة يزيد من سوئها. إن الأفكار المزعجة مثل لمسك لفرن مشتعل، ربما استطعت احتمال حرارته لثانية أو اثنتين، ولكن كلما طال لمسك للفرن كلما ازداد الألم وكبرت درجة الحرق وسيأخذ الشفاء عندها وقتاً أطول، فالأفضل الابتعاد عن التفكير بالمشاعر المزعجة.. قومي بعمل جديد، إيجابي ومنتج، كأن تتصلي بصديقة وتخططان لزيارة متحف أو الذهاب لزيارة صديقة أخرى أو الدراسة معاً للتحضير للامتحانات. تذكري بأن تفكيرك بالمشاعر السلبية سيزيد الأمر سوءاً

## - ولكن هناك مشاعر معينة علينا التخلص منها مثل إحساسنا بالضيق؟

لا نستطيع التخلص من مشاعرنا أو الإقفال عليها بمفتاح... ولكن يمكننا توجيهها في الطريق الصحيح.. فإن كنت تشعرين بالضيق مثلاً لأن صديقتك ابتعدت عنك، فربما عليك عندها إعادة ترتيب أفكارك...

من المهم جداً أن تعلمي أن العواطف في جزئها الأكبر: هي عبارة عن ردة فعل لأفكارنا التي نتجت - مثلاً - عن تصرف مقصود أو غير مقصود من شخص ما... وعلى أساس تفكيرك هذا ستتأثر مشاعرك وبالتالي سيتأثر سلوكك، فتتصرفين بطريقة فظة تجاه ذلك الشخص، وهذا بالتالي سيؤثر في تعامل ذلك الشخص معك وهكذا...

وهنا ستجدين نفسك تدخلين في دائرة كبيرة: فأفكارك تؤثر على سلوكك.. وسلوكك يؤثر على تعامل الناس معك، وتصرفهم معك سيؤثر على عواطفك.. وعواطفك تؤثر على أفكارك.. ونعود إلى البداية.. ولن تتخلصي من هذه الدائرة إلا بكسرها

## كيـــف؟

بإعطاء العذر لصديقتك واستبدال الأفكار السيئة عنها بالأفكار الجيدة.. فمن الممكن أن صديقتي تعاني من مشكلة ما، أو أنها مشغولة في أمر ما. إذاً لأبادر بالاتصال وكسر ذلك الحاجز الذي ربما صنعته أوهامي؟

## كيف نستفيد من عواطفنا؟

لا تتجاهلي عواطفك أو تمحيها أو تتجاوزيها... فقط افعلي التالي:

١-اعترفي بمشاعرك الحالية (أنا أشعر بالاستياء لأن صديقتي ابتعدت عني)

٢-ادرسي الخيارات المتوفرة لديك أو اكتبيها (ما هي خياراتي الآن؟ ما الذي يمكنني فعله؟ هل أتجاهلها.. أم أواجهها بتصرفها الفظ معي.. أم أعذرها وأتصل بها لأفهم سبب تصرفها...)

٣-كوني شجاعة وقومي بخطوة إيجابية... قومي بعمل بناء ومنتج... ولا تخافي النتائج.. فمهما كانت فلا بد أنها أفضل من أن تدعي العواطف السلبية تتحكم بأفكارك وسلوكك.. اتصلي بصديقتك وتصرفي بإيجابية... واختلقي لها العذر.

وأخيراً لا تنتهي من حولك بأنهم السبب في استيائك... فقط حاولي تحديد مشاعرك ولا تتجاهليها.. وحاولي توجيهها بالاتجاه الصحيح... وكسر الدائرة السلبية لمشاعرك..

إعداد: زينة جوخدار

# تسالي

## اللعبة المنطقية

ذهبت كل من ياسمين وندى وفلة ونور إلى حفلة تنكرية ولبست كل واحدة منهن قناعاً يخفي وجهها فهل تستطيعين معرفة قناع كل واحدة منهن عن طريق الجمل المنطقية المدونة في الأسفل....

- أول حرف من اسم شخصية قناع ندى هو نفس الحرف الأول من اسم ندى.
- شخصية قناع فلة لا يمشي على أربع أرجل
- شخصية قناع ياسمين خرافية
- شخصية قناع منى عليها أن تكون صغيرة جدا لتستطيع الجلوس في حضنها

| | نمر | وعل | غول | طفل | قطة |
|---|---|---|---|---|---|
| نور | | X | | | |
| فلة | | | | X | |
| ياسمين | | | X | | |
| ندى | X | | | | |
| منى | | | | | X |

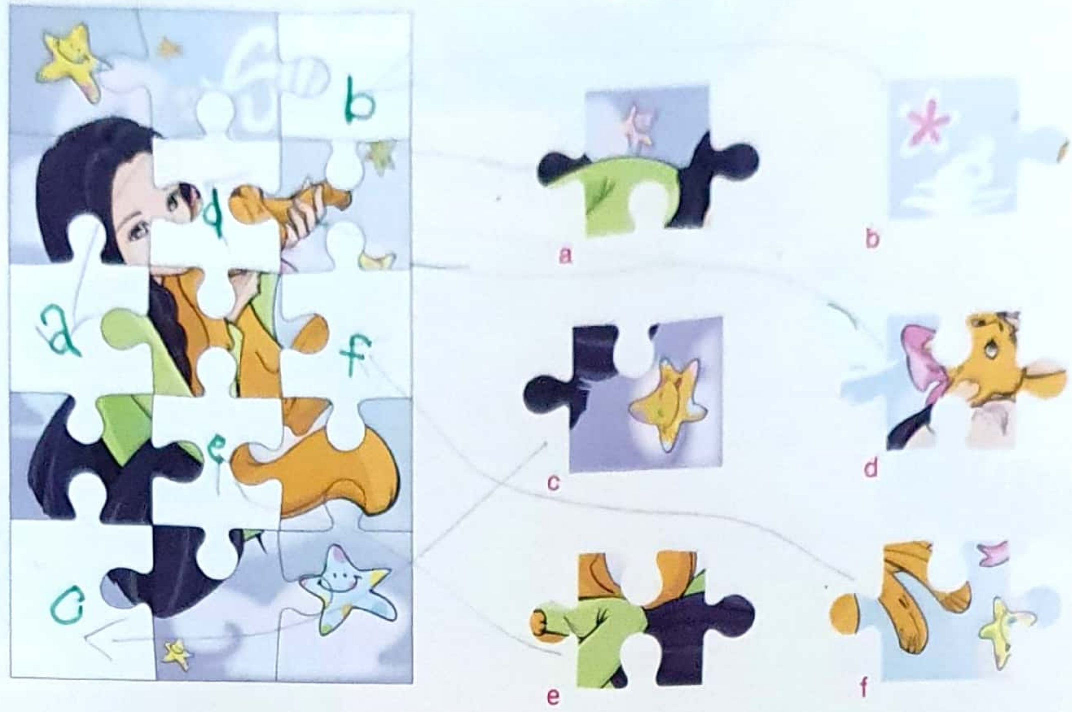
## حزازير ؟؟.......حزازير

**من أنا !؟** موجود حولك دائماً ولكنك لا تستطيع أن تراني وتحصل علي دائماً ولكنك لاتستطيع أن تحملني ليس لي حنجرة ولكنك تستطيع سماعي

**من أنا !؟** أظهر كل صباح لأستلقي عند رجليك ومهما كنت سريعاً فأنا الحق بك طوال اليوم وأصبح تقريباً دائرة في شمس منتصف النهار

**كم أنا!؟** ضعي في ذهنك ١٠٠٠ وأضيفي إليها ٤٠٠ وأضيفي ١٠٠٠ أخرى ثم أضيفي ٣٠٠ ثم أضيفي ١٠٠٠ أخرى ثم أضيفي ٢٠٠ ثم أضيفي ٢٠٠ أخرى

# PUZZEL




# الحلول!!

**الخطوط الملونة**

هي خطوط مستقيمة

**الشيفرة السرية:**

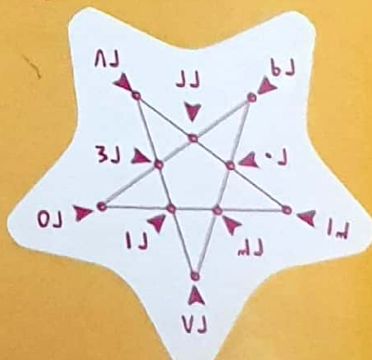
عربة سيرك فيها العديد من الحيوانات الرائعة

**حزازير**

١ ـ (الريح)

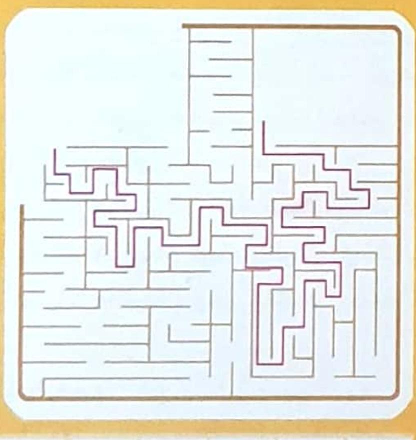
٢ ـ (الظل)

٣ ـ المجموع: (٤١٠٠)









| | نمر | وعل | غول | طفل | قطة |
|---|---|---|---|---|---|
| نور | | X | | | |
| ملة | | | | X | |
| ياسمين | | | X | | |
| ندى | X | | | | |
| منى | | | | | X |

# تكنولوجيا web

www.yaward.tk

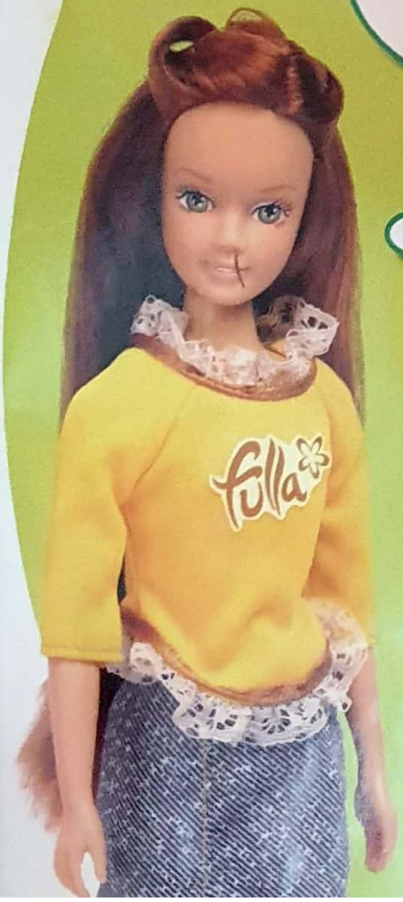


يا ورد.. مين يشتريك

موقع يهتم بالزهور والورود، ويتحدث عن أنواعها، وطرق العناية بها، والمناسبات التي تتعلق بها.

**أنواع الزهور:** تحتوي هذه الصفحة على ذكر بعض أنواع الزهور، وصور لها، وتحتوي على معلومات عن هذه الزهور وأسمائها، و معاني هذه الأسماء، وكيفية إنباتها والحفاظ عليها.

يا ورد.. مين يشتريك
هدايا وورود.. تتخطى الحدود



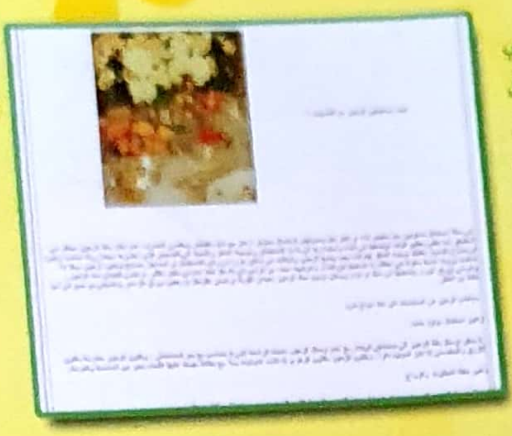
**طرائف الزهور:** تتحدث هذه الصفحة عن عدد من القصص المضحكة والجميلة، و التي حدثت، وكان أبطالها أزهاراً و وروداً أو تتعلق بها.

**لغة الزهور:** هل تعرضت في أحد الأيام إلى موقف لم تعرفي ماذا تقولين فيه ؟.. واحتجت إلى لغة أخرى لتعبري فيها عما تريدين؟؟ هذه الصفحة تقدم لك لغة رائعة معبرة، إنها لغة الزهور وصدقيني ستفي بالغرض، وتحدثك هذه الصفحة عن عدة أنواع لهذه اللغة، حسب ما تحتاجين إليه .

**اتيكيت الزهور :** إذا كنت تريدين معرفة أصول استلام الزهور من الضيوف، وكيفية ترتيبها والاهتمام بها، فعليك بهذه الصفحة، التي تعطيك مبادئ تصنيف الزهور حسب المناسبات والأوقات وغير ذلك من هذه الأمور.

**تهادوا تحابوا :** إذا كنت تريدين أن تعرفي أصول اختيار الهدايا من الزهور، وكيفية انتقائها، لمساعدتك بشرائها، فعليك بهذ الصفحة التي ستساعدك حقاً.

**أغاني الزهور :** هل تبحثين عن عبارات مناسبة، تحتوي ألفاظها على الورد والياسمين والكلمات العطرة؟؟! فهذه باقة من الأغاني العربية التي تتحدث عنها..



**العناية بالزهور:** هذه الصفحة هي لبّ الموقع وكبده، فهي تحتوي على طرق العناية بالأزهار، وصفات كل زهرة، وعدد أيام حياتها، وما يضرّ بها، وما تحتاجين إليه لكي تربي زهرتكِ بشكل صحي وجيد، فتنمو وتعبق بالعطر.

**التاريخ والزهر:** في هذه الصفحة تعرفين كيفية تأثير الأزهار على خط الزمن في التاريخ القديم والحديث، فتقرئين كيف تعرفت الأمم الزهور، وكيف تعاملت معها، واستفادت منها بشتى الطرق.

**أقوال عن الزهور:** لا تستغربي إن وجدت في هذه الصفحة الكثير من الأقوال المؤثرة والتي تتعلق بالأزهار وارتباطها بالكون وبحياتنا، صدرت هذه الأقوال عن كثير من الأشخاص ذوي التجربة في هذه الحياة.



**المطبخ والزهور:** هل تعرفين أن كثيراً من الأزهار تستخدم في الطبخ؟ و يمكن أن تكون علاجاً لكثير من الأمراض؟ هذه الصفحة تبين لك ذلك..

**أسماء وزهور:** إذا كنت تبحثين عن أسماء للفتيات تكون عطرة وعبقة، فعليك بأسماء للأزهار أو ما يدل عليها، وهذه الصفحة تحقق لك هذا الهدف. (تذكري أن اسم مجلتك التي تحبك هو اسم صديقتنا فلة ).

**الأحلام والزهور:** هل رأيت في أحد الأيام حلماً فيه أزهار؟ وتريدين أن تحصلي على تأويل لهذا الحلم ؟ فهنا تجدين طلبك إذ تحتوي هذه الصفحة على تفاسير لرؤية الأزهار على مختلف أنواعها في الأحلام



**فوائد الزهر:** هل تعتقدين أن الأزهار والورود خلقت فقط لكي تنظري إليها وتستنشقي عبيرها؟؟ إذا كنت تظنين ذلك.. فأنت مخطئة، لأن الزهر يستطيع أن يقدم لك أكثر من ذلك، فهو يستطيع أن يخفف الآلام الجسدية والنفسية، كما يستفاد منه في كثير من الأمور التي ستجدينها في هذه الصفحة.

**الديكور والزهور:** هل تريدين أن تجعلي من بيتك روضة تتنسمين فيها روائح الفل والياسمين؟ وأن يصبح بيتك مصدر سعادة لك؟ تستمتعين بوجودك داخله؟؟ إذاً ادخلي هذه الصفحة.. وتعلمي كيف تستمتعين ببيتك بواسطة الزهور ...

وأخيراً أتمنى أن تستمتعن في التجوال في هذا الموقع بعبقه وأجوائه العطرة.

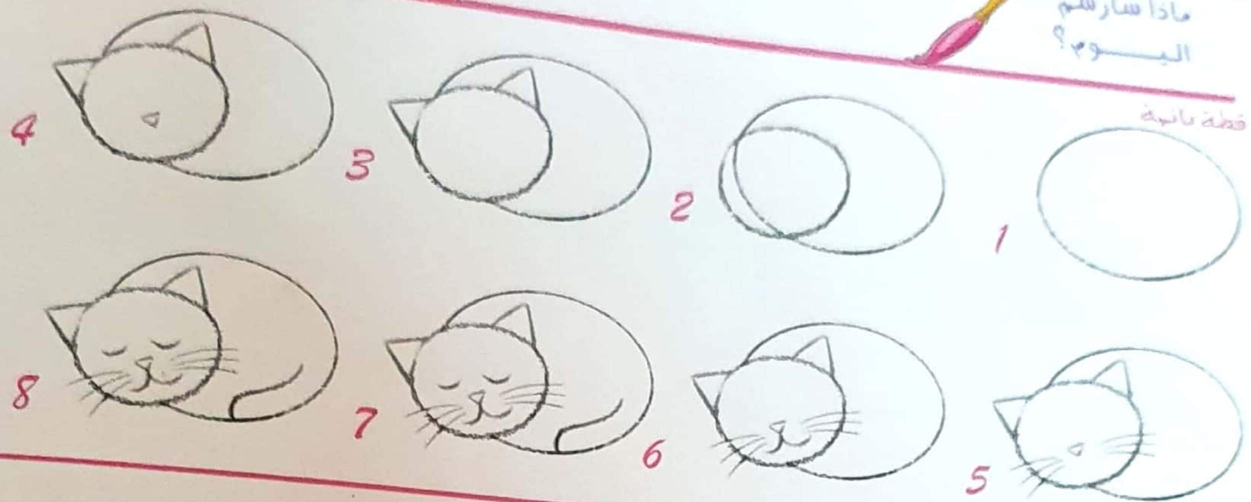
إعداد : أيمن القاوي

# كيف نرسم

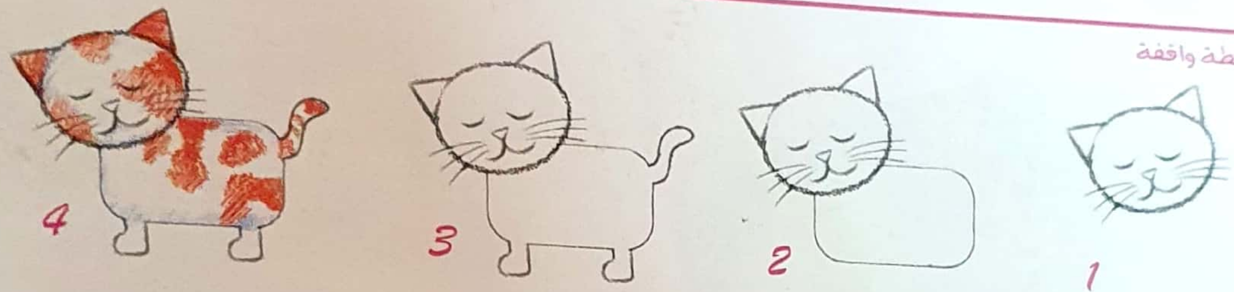
## ارسمي قطةً

ماذا سأرسم اليوم؟

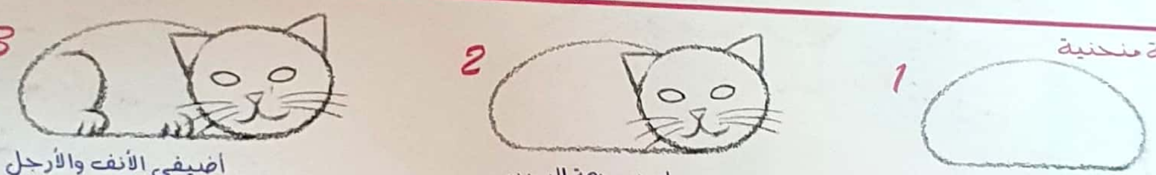
قطة نائمة



قطة واقفة



قطة منحنية



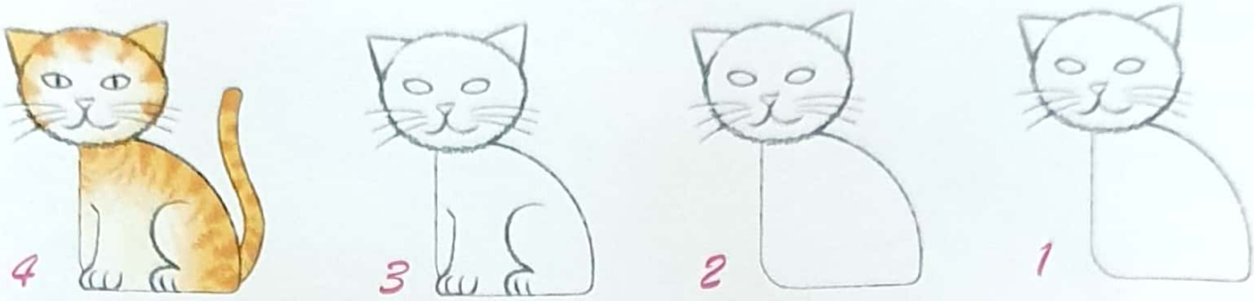
ارسمي الجسم بقلم رصاص أولاً

امحي جهة اليمين ثم ارسمي الرأس

أضيفي الأنف والأرجل وطبق الحليب



## قطة جالسة




## قطة أليفة

ارسمي قطة نائمة على وسادة



والآن ارسمي القطط الصغيرة وضعي يدين أمام كل رأس

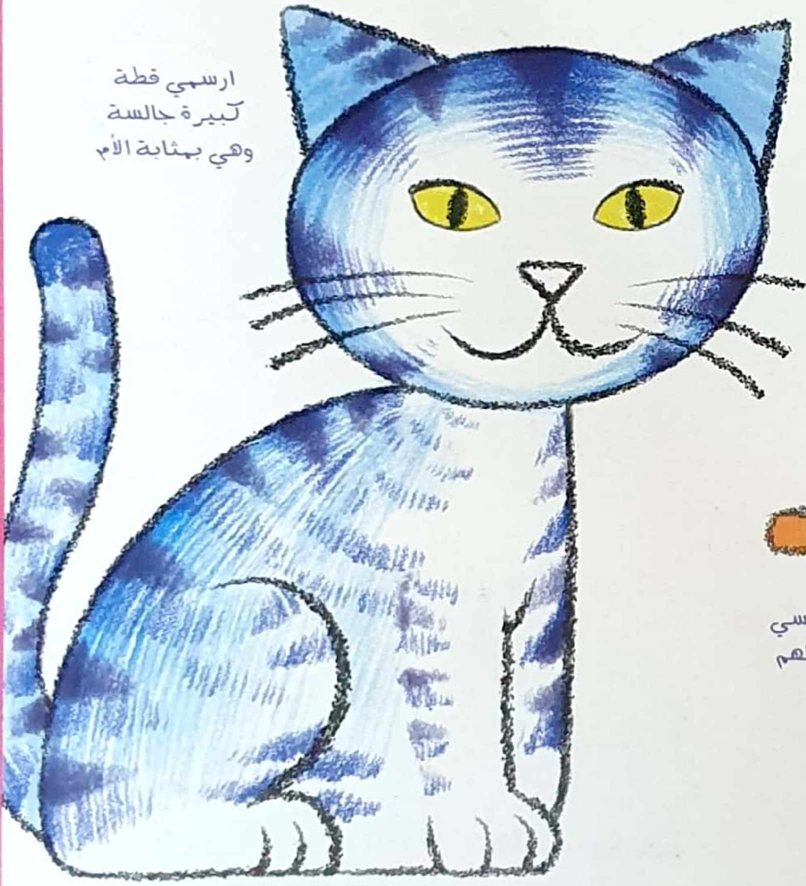
لا تنسي ذيولهم



ارسمي صندوق للقطط الصغيرة

## عائلة القطط

ارسمي قطة كبيرة جالسة وهي بمثابة الأم



**الآن ما رأيك برسم قطة وهي تطارد فأراً فوق السطح ...**

# مساهمات القراء

## نكات

الضيف: أشكرك على الطعام الذي قدمته لي، ولكني انزعجت من مواء القطة التي عندكم
المضيف: لا بأس يا صديقي فإن هذه عادتها عندما يأكل أحد في صحنها

لمى يوسف
٨ سنوات

الأول: كيف نميز بين الأرنب والأرنبة؟
الثاني: إذا ركض يكون أرنباً وإذا ركضت تكون أرنبة

دانيا زيتون
٨ سنوات

الأول: أخيرا حصلت على دواء يقوي الذاكرة فمنذ بدأت باستعماله صرت أتمتع بذاكرة قوية
الثاني: ما اسم هذا الدواء
الأول: لقد نسيت

ميس السمان
١٠ سنوات

الولد: لقد حلمت البارحة أنني جرحت قدمي
الأب: إذن البس حذاءك عندما تنام

رفاه حوالعيس
١٤ سنة

# رسالة من العراق

السلام عليكم

مرحباً مجلة فلة كيف الحال.. أنا الصديقه (روز) أود أن أشكركم على السماح لي بالمشاركة في هذه المجلة العزيزة وساكون على تواصل دائم معكم وأود أن ابدأ بخطوة التعارف معكم لكي تقبلوني صديقة دائمة.. اسمي زهراء سلام ولقبي هو روز.. عمري ست سنوات وأنا كما ذكرت سابقاً من العراق من العاصمة بغداد أما عن وضعي العائلي.. سابقاً كنت أسكن مع عائلتي المكونة من أمي وأبي وأنا فقط لا غير.. أما حالياً فقد فقدت أبي نتيجة الأعمال الإرهابية في العراق.. وحالياً أنا وأمي نسكن في بيت جدي والد أمي في بغداد.. أما عن الوضع الاجتماعي فهو والحمد لله متوسط لأن أمي هي التي تصرف عليه وأيضاً بيت جدي لا يقصرون معي بشيء.. أما عن حصولي على مجلتكم العزيزة.. فقد أبلغت أمي بأني أريد هذه المجلة عندما رأيتها في السوق لأن أبي كان دائماً يجلب لي منتجات فلة الحبيبة بحيث أصبح عندي الكثير من أغراض فلة من حيث الألعاب والقرطاسية وحتى كرسي للجلوس والملابس وكل شي يخص فلة الحبيبة أما عن وجود مجلتكم المفضلة عندي فهي موجودة في بلدي بكثرة والحمد لله وصداها جيد جداً ومحبوبة من قبل أطفال العراق.. لهذا فجميع من أعرفهم من أصدقائي وأقربائي لديهم منتجات فلة أما عن أمنيتي فهي أن أصبح في المستقبل طبيبة لأنها كانت رغبة والدي العزيز رحمه الله وأما عن هواياتي فانا أحب أن أراسل فلة ولكن عمري صغير ولا أعرف كيفية استعمال الحاسوب لهذا فخالتي تلبي رغبتي في مراسلتكم وأما عن بقية هواياتي فأنا اجتماعية جداً وأحب الرسم وأحب تعلم الأشياء بسرعة وخاصة تعلم اللغات ومن ضمنها اللغة الانكليزية لأني كنت في رياض الأطفال وتخرجت منها وكنت على مستوى جيد جداً من الدراسة والتعلم وهذه كانت شهادة معلماتي وهذا كل شيء تقريباً عن حياتي لهذا أرجو منكم أن تبقوا على تواصل معي وأن تقبلوني إحدى صديقات فلة العزيزة وإحدى المشاركات في مجلتكم وشكراً

زهراء سلام


ألوان
مواقف محرجة
وداعاً يا نور .
اه .. كم أحب أمي
لقد أعدت كل شيء
قبل أن تذهب لزيارة
جدتي ، حضرت الطعام
ورتبت المنزل
وغسلت الملابس
الملابس !!! يا إلهي
لقد نسيت أن أخبر أمي
بأن تغسل كنزة بدر
الزرقاء
ما العمل الآن ؟؟ ..
لقد اعتمد علي بدر في
ذلك، يريد أن يرتدي
كنزته للذهاب للملعب
وجدتها !!!


سأقوم بنفسي بغسل كنزة بدر مما سيجعله سعيدا، وسأغسل معها كنزتي البيضاء الجميلة.
إلى العمل...
سأكثر من الصابون حتى تنظف الكنزات جيدا
صابون غسيل
سأنقع الكنزتين نصف ساعة بالصابون.. ثم أنشرها
مزيل البقع الجديد
سأزيد قليلاً من الصابون
بعد نصف ساعة
يا إلهي!!!!
لقد تداخلت ألوان الكنزتين بعضهما ببعض... ماالعمل؟


سأضع بعضا من
مزيل اللون للثياب
حتى يزول اللون
الأبيض الذي جاء
على كنزة بدر.
يا للكارثة...
زال اللون الأزرق
بدلا من الأبيض..
ماهذه الورطة؟
سأنقع الكنزة
بالماء البارد لكي
تختفي هذه
البقع البيضاء
بعد نقع الكنزة بالماء...
هذا ماكان ينقص!!! لقد تقلصت الكنزة..
سأحاول مط الكنزة
حتى تعود كما كانت
46


آآآآخ...
هذا ما كان ينقص الآن.. التزحلق بالصابون
وماذا الآن؟.. الكنزة أصبحت فستان.
سأضع الكنزة في الشمس حتى تجف..
أتمنى أن تتقلص من جديد بعد جفافها
بعد جفاف الكنزة
لقد عادت الكنزة إلى حجمها الطبيعي، لكنها ماتزال لونين... ما العمل الآن؟
مرحباً... لقد عدت
واو... كنزة جديدة شكراً نور، أتعرفين؟ لقد مللت من كنزتي الزرقاء
ماااذا!!..أو نعم.. لا شكر على واجب يابدر، ولكن حافظ عليها جيداً لأنني صنعتها لك بيدي



# أنا أنمو

## هه؟ ماذا تقولون؟ أعيركم سمعي؟؟؟

كثيراً ما أسمع عبارة "أعيرينا سمعك"، ولكن بعد أن علمت أن هناك ٢٥٠ مليون شخص بالعالم يعانون من مشاكل في السمع، قررت ألا أعير سمعي لأحد ..وقررت قراراً آخر، وهو أنه عليّ فعلاً أن أعتني بأذني، فالأذن من أعقد الأعضاء.

### العناية بالأذن أمر بسيط حقاً

إذ يكفي تجفيف الجزء الخارجي من الأذن بالمنشفة بعد كل استحمام لنحصل على آذان نظيفة تماماً، أما عندما يعلق الماء داخل أذني بعد الحمام أو السباحة، فيكفي أن أقطر داخل كلُ أذن قطرةً من مزيج ( الكحول الطبي + خل التفاح ) حتى أحصل على أذن جافة و معقمة تماماً.

### شمع أصفر يملأ أذنيّ.. هل أستعمل عيدان القطن لتنظيفه؟؟

وظيفة الشمع التقاط الغبار الداخل للقناة السمعية ،و المشكلة أن إدخال العيدان للأذن يدفع بالشمع لداخلها حتى تتجمع وتشكل سدادة ، وإن حصل ذلك فلا أحاول أبداً أن أدخل شيئاً في أذني لأنزع السدادة، بل علي أن أذهب فوراً إلى الطبيب الذي يستخدم رذاذاً دافئاً لإزالته.

### كيف نقيس الأصوات؟؟

تقاس الأصوات من ١٠-١٨٠ بوحدة تدعى الديسيبل ....وإن أي صوت يسجل أعلى من ٨٥ ديسيبل يعتبر خطراً على السمع .. و المقياس يسجل لمحادثتنا العادية رقم ٥٠ ديسيبل

| | |
|---|---|
| وللخلاط الكهربائي | رقم ٨٠ ديسيبل |
| ولطائرة فوق رأسي | رقم ١٠٠ ديسيبل |
| وللموسيقا الصاخبة | رقم ١٣٠ ديسيبل |
| وللطلق الناري | رقم ١٤٠ ديسيبل |
| ولانطلاق صاروخ | رقم ١٨٠ ديسيبل |

### سماعات الآذان تؤذيني أكثر من صوت ستيريو عملاق..

و سماعات الآذان مؤذية جداً، بسبب التصاق الصوت الذي تصدره بالأذن ..ومن المفاجئ أن نعلم أنها تضر الأذن أكثر من صوت ستيريو عملاق...فالاستماع إليها بصوت عال لمدة نصف ساعة يومياً يخرب السمع تماماً.

السماعات تكون آمنة فقط عندما لا يتمكن الواقف بقربي أن يسمع من صوتها شيئاً

## الموسيقا الصاخبة عدوي الأول ... الموسيقا الصاخبة عدوي الأخير..

الضجيج يخرب بالتدريج الشعيرات الموجودة في القناة الحلزونية للأذن والتي تنقل الصوت للدماغ..
مما يؤدي لضعف السمع ثم الصمم..

والمشكلة أن هذه العملية تتم دون ألم، ولن يمضي وقت طويل قبل أن نصحو يوماً، لنفاجأ بأننا فقدنا السمع.. والمشكلة الأعقد أنه إذا خربت فلا يمكن لأي عمل جراحي في العالم، أو أي دواء، أو أي علاج أن يعيد هذه الشعيرات للعمل.. لذلك نجد التحذيرات الطبية والحكومية من أن الاستماع للموسيقى الصاخبة لمدة ١٥ دقيقة يومياً يخرب السمع، وقد تفاجأ الفريق الطبي لدى زيارته لمدرسة ثانوية، حين وجد أن طالباً من كل خمسة طلاب، يعانون من ضعف السمع نتيجة لاستماعهم للموسيقى الصاخبة..

لقد كان جواب أكثرهم: "إن آذاننا معتادة على صوت الموسيقى العالي" وهذا اعتقاد خاطئ، فقد خربت دون أن يشعروا..

**الموسيقى حولي تكون آمنة فقط عندما لا أضطر لرفع صوتي حتى يسمعني من حولي**

## أزور فوراً طبيب الآذان عندما...

أسمع في أذني صوتاً يشبه الجرس.
أو عندما أشعر أن هناك ضغطاً في أذني.
أو عندما يخرج منها سائل.
أو عندما أصاب بالحصبة.
أو عندما أسمع همهمة غير مفهومة من الناس بقربي بدلاً من أن أسمع حوارهم واضحاً.



## ولكن ماذا عن ثقب الآذان لوضع الأقراط؟؟

إن ثقب الجزء العلوي الغضروفي من الأذن ليس آمناً، لأنه قد يؤدي لاحتباس السوائل في هذا الجزء، مما قد يدفعنا لعمل جراحي، أما ثقب شحمة الأذن السفلى لوضع الأقراط فلا ينجم عنه أية أضرار، شرط أن يقوم به شخص مختص، وليس بائع الأقراط بالمتجر الذي يستخدم مسدساً لثقب الآذان.. إذ تقول مجموعة ثاقبي الآذان المحترفين: إن عدم مسح الأجزاء الداخلية والخارجية للمسدس بالكحول بعد كل فتاة قد يؤدي لانتقال مرض التهاب الكبد والأفضل من ذلك هو استخدام إبرة جراحية حادة، عدا عن ضرورة استخدام القفازات ذات الاستعمال الواحد.. وضرورة استخدام الحلق ذي العود الطويل، الذي يسمح بتنظيف الثقب تحت القرط ولا يحبس الدم فيه.
والحلق الطبي لابد أن يكون من الذهب أو الفولاذ الذي يحمل الدمغة (ASTMF-١٣٨) وعدم استخدام الحلق ذي النوع الرخيص.

إعداد: ماريا دعدوش

# صديقات فلة



الاسم: آية عيسى
العمر: سنة ونصف
المدينة: دمشق - سوريا



الاسم: أروى الفلاني
العمر: ١١ سنة
المدينة: حائل - السعودية



الاسم: نايا شيخ الأرض
العمر: ٧ سنوات
المدينة: دمشق-سوريا



الاسم: نور المناع
العمر: ١٠ سنوات
المدينة: دمشق-سوريا



الاسم: لارا المنيف
العمر: ٩ سنوات
المدينة: الرياض - السعودية



الاسم: أحلام رزق
العمر: ٩ سنوات
المدينة: دمشق-سوريا

## العدد (3)
## قسيمة الاشتراك

الاسم:

.....................................

السن:

.....................................

العنوان:

.....................................

.....................................

الفاكس:

.....................................

الهاتف:

.....................................

قيمة الاشتراك السنوي لاثني عشر عدد تبلغ /١٥٦/ ريال سعودي أو ما يعادلها من العملات الأخرى..
يرسل المبلغ عن طريق الوكلاء المعتمدين في الدول





الاسم: روضة الحمصي
العمر: ١٠ سنوات
المدينة: دمشق - سوريا



الاسم: ماريا أبو رحمون
العمر: ٦ سنوات
المدينة: إربد - الأردن



الاسم: لمى خباص
العمر: ١٠ سنوات
المدينة: الزرقاء - الأردن



الاسم: لميس السمان
العمر: ١٠ سنوات
المدينة: دمشق - سوريا

# قصة وحكمة

## البخيل والذهب

في قديم الزمان كان هناك رجل بخيل دأب على إخفاء ذهبه في مكان بعيد عن أنظار الناس ... عند شـجرة صغيرة في أرضه... وكان كل أسـبوع يذهب لتفقد ذهبه فيحفر ويخرجه وينظر إليه ثم يعيده إلى مكانه تحت التراب... ولكن أحدهم لاحظ ذلك البخيل وبدأ يراقبه إلى أن وجد الفرصة مناسبة... فقام بسرقة الذهب واختفى... وجاء البخيل كعادته كل أسبوع ولكنه لم يجد الذهب وبدأ ينتف شعره والصراخ عالياً حتى انتبه الجيران إلى صراخه فهرعوا للاستعلام عن المشكلة. وأخبرهم البخيل بعادته وكيف كان يأتي لرؤية ذهبه وكيف ضاعت ثروته منه... فسأله أحدهم: "وهل كنت تأخذ منه شيئاً". فأجابه البخيل: "كنت فقط أنظر إليه ثم أعيده إلى مكانه"... فأجابه جاره: " إذاً لا يوجد مشكلة... تابع ما كنت تفعله وتعال كل أسبوع وانظر داخل الحفرة واعتبر أن ذهبك ما زال موجوداً فيها... وبما أنك لا تستخدمه...فلا يوجد هناك فرق بين وجود الذهب وعدمه".... ووقف البخيل مدهوشاً من كلام جاره...

**المال الذي لا ننتفع به .... لا وجود له**





رسوم: خالد شق


Green Range
fulla
fulla
fulla
fulla®
NewBoy ©2006 . All rights resevred.
NEW BOY


SWEETOON®
نضيف المرح إلى الغذاء....